

# CUS Pavia NEWS

Bollettino settimanale di informazione sportiva a cura del C.U.S. Pavia - [www.cuspavia.it](http://www.cuspavia.it)

Anno 12, Numero 35

25 Settembre 2013

## **Canoa: Calvi 6° ai Campionati Mondiali di Canoa Marathon**

Ottimo 6° posto per il nostro specialista della canadese Enrico Calvi ai campionati mondiali di canoa marathon disputati a Copenaghen nello scorso weekend nella specialità del C1 senior. Calvi, che era alla disputa del suo 9° campionato del mondo in questa specialità è stato autore di una prova tatticamente molto accorta basata su un ritmo di gara costante per tutti i 6 giri del percorso che prevedeva anche 6 trasbordi per una lunghezza complessiva di 25,8 km. Con questa tattica, studiata prima della gara con l'allenatore Bronzini anche lui membro della squadra azzurra con l'importante ruolo di team leader, Calvi è riuscito a chiudere la gara in rimonta recuperando diverse posizioni fino a conquistare il 6° posto finale alle spalle dei due ungheresi, dei due spagnoli e del croato Ljubek, tutti atleti professionisti, mentre ricordiamo che Calvi si divide tra la sua attività lavorativa e la canoa. Questo 6° posto rappresenta anche il miglior piazzamento di Enrico ai campionati mondiali, e giunge al termine di una stagione ricca di soddisfazioni per la sezione canoa che ha visto ben 5 suoi atleti far parte delle rappresentative nazionali impegnate in campionati mondiali ed europei. Segnaliamo inoltre che sempre nel corso dei campionati mondiali di canoa marathon Carlo Tacchini, prossimo atleta del college della pagaia, ha conquistato la medaglia di bronzo nella prova del C1 junior, prima medaglia mondiale per la canoa italiana nel settore canadese. Il suo arrivo al capannone sarà sicuramente di stimolo anche per i nostri atleti.

Stefano Sacchi



Enrico Calvi

### **Sommario**

- canoa pg.1
- atletica leggera pg.2
- tiro con l'arco pg.3
- pallavolo maschile pg.3
- spazio panathlon pg.4
- biomeccanica e sport pg.5
- immersione al cristo del fiume pg.6
- il punto della settimana pg.7

**UBI** Banca Popolare  
Commercio & Industria

## Atletica leggera: una settimana di atletica

Ripresa a pieno ritmo l'attività della sezione atletica a settembre, notoriamente mese dedicato in special modo alle categorie giovanili.

**Martedì 17 settembre** al meeting Athletic Elite al campo XXV Aprile di Milano, in evidenza Elisa Vellè, lunghista di Abbiategrasso, che continua la serie positiva di miglioramenti ed atterra a 4,70m. Federica Peroni ha corso i 100m in 14"67 e Gabriele Vai in 11"70; 12"93 per il nuovo arrivato Simone Dentello. Nei 400m l'allieva Maria Gaiera ha fatto segnare 1'04"15 e lo Junior Alberto Munerato, su una prova non consueta per lui, abituato a distanze più brevi, 52"23, seguito ad un soffio da Gabriele Vai (nella stessa batteria) con 52"82.

**Mercoledì 18 settembre.** Positiva la spedizione di giovani mezzofondisti all'Arena Civica di Milano al Memorial Zancan Bottalico, tutti impegnati nella gara dei 1000m. Tra le cadette in evidenza Federica Piacentini (al primo anno di categoria), con il nuovo personale di 3'30"76. Nella medesima gara, al via con lei c'erano Caterina Cassinari, finita sesta in 3'19"82, ad un solo secondo dal suo personale. Dopo di lei Gaia Tamellini in 3'27"60 e quindi la Piacentini; a breve distanza Valentina D'Andretta, avvezza a distanze più lunghe, che ha chiuso in 3'34". Tra i più giovani, nella cat. ragazzi, Federico Civardi chiude in 3'37"50 pagando oltre misura l'agitazione in vista della sua prova, vanificando così i grandi progressi visti in allenamento: avrà modo e tempo di rifarsi alla grande!



*Il tecnico Felice Costante con i giovani mezzofondisti*

14"53, a soli 6/100 di secondo dal suo personale e Martina Roveda (14"96 per lei). Nei 2000 siepi buon 7'10"88 che distrugge il suo personale di ben 22 secondi. Imprendibili per Cristina Roscalla le vincitrici dei 1500m al sabato, nei quali "accontentarsi" del secondo posto con un buon 4'50"43 e dei 3000m alla domenica, dove finisce ancora seconda in 10'21"30: per lei prestazioni che, tolte le "marziane" Reina e Zenoni, la pongono al vertice di categoria. Ancora in buona forma sia Maria Gaiera nei 400m piani, che termina in 1'03"62 che Marco Olivito che corre in 1'00"02 i 400hs.

**Nel prossimo fine settimana**, del 27 e 28 settembre, andranno in scena in quel di Busto Arsizio, i Campionati Regionali Cadetti, un appuntamento clou della categoria, al quale i nostri atleti presenteranno un buon numero di atleti. Tra loro Ivan Vecherkovich, valente discobolo, Federica Piacentini, alla ricerca di un nuovo miglioramento nei 1000m, così come le altre mezzofondiste Valentina D'Andretta e Gaia Tamellini, iscritte anche nei 2000m. Farà il suo esordio Marianna Roveda sui 300hs, che rappresenteranno una tappa fondamentale nell'avvicinamento alla categoria allieve, dove l'anno prossimo affronterà i 400 con le barriere, sempre alte 76cm.

*Marcello Scarabelli*

## Tiro con l'Arco: Ferrandi protagonista a Para Sport Exhibition



Gabriele Ferrandi

Gabriele Ferrandi è intervenuto domenica alla manifestazione organizzata dal Coni provinciale e dal Comitato Paralimpico a Castelletto di Branduzzo che ha avuto il via quest'anno in via sperimentale. Al mattino Gabriele è intervenuto alla tavola rotonda che affrontava l'argomento: "Sport ed integrazione: esperienze a confronto".

Ferrandi nei suoi interventi ha voluto sottolineare le carenze ormai croniche negli impianti sportivi di strutture di supporto allo sport per disabili. Nel pomeriggio l'arciere paralimpico si è esibito con il compagno di nazionale Paolo Cancelli su di un campo gara allestito nel Centro sportivo comunale attirando l'attenzione di un folto gruppo di spettatori. L'attività agonistica della sezione riprenderà la prossima settimana con la stagione al chiuso.

*Elio Imbres*

## Pallavolo maschile: sconfitta in Coppa Lombardia

### Serie C - COPPA LOMBARDIA Girone A

**Cus Pavia-Universo in Volley Carbonara 2-3** (25-22; 21-25; 24-26; 25-17; 13-15)

#### CUS PAVIA

Forneris 3, Bagarotti 8, Beolchini 24, Canova 9, Carnevali 3, Fortunati 8, Liberale (L); Carcano, Fellegara 8, Catena 2, Giordano 5. All: Villa

Comincia con una sconfitta l'avventura del Cus Pavia C in Coppa Lombardia. Contro il Carbonara, formazione neopromossa in serie D ma sicuramente attrezzata per disputare un ottimo campionato e davanti a un PalaCus quasi gremito, i ragazzi di mister Villa si sono arresi al tie-break dimostrando di essere ancora lontani dalla loro forma migliore.

### Serie D - COPPA LOMBARDIA Girone B

**Cus Pavia-Milano Team Volley 0-3** (15-25;20-25;21-25)

#### CUS PAVIA

Stridi 1, Callegari 9, Giroto 4, Monici 4, Zacconi 2, Del Col 3, Colli L. (L), Colussi 6, De Pascali 1, Salaroli 1. ne: Invernizzi All: Mantovani

Sconfitta in Coppa Lombardia anche per la Serie D. I ragazzi di Mantovani, dopo un primo set giocato col freno a mano tirato, hanno giocato una discreta pallavolo a partire da metà del secondo set ma non è stato sufficiente per arginare un MTV fisicamente e tecnicamente più forte del Cus. Gli ospiti, pur con una età media bassa, schieravano elementi come Cuzzola, ex Cus Pavia e con anni in B1 e B2 alle spalle.

*Emiliano Rovati*



## Spazio Panathlon

### Convegno del Panathlon del 21 settembre 2013 *di Angelo Porcaro*

Alla presenza del Presidente dell'Unione Nazionale Veterani dello sport Gian Paolo Bertoni, dell'Assessore della Provincia Francesco Brendolise e dell'Assessore allo sport del Comune di Pavia Antonio Bobbio Pallavicini s'è svolto, al campus Aquae, il convegno 2013 del Panathlon Club di Pavia.

S'è trattato dell'impresa di due atleti italiani, Ausilia Vistarini e Sebastiano Favaro, che hanno portato a termine la "Iditarod Trail Invitational 2013", la ormai famosa traversata dei ghiacciai dell'Alaska in bicicletta, una maratona di 1770 km che nasce storicamente per essere percorsa da slitte trainate da cani e che successivamente è stata aperta agli sciatori, ai podisti ed ai ciclisti. L'impresa è stata documentata ed illustrata con filmati mozzafiato dai protagonisti.

C'è stata logicamente una coda scientifico-tecnica all'esposizione dei due campioni con una relazione del Dott. Alessandro Aversa di Firenze riguardante l'abbigliamento da utilizzare visto che bene o male, in svariate circostanze ed in svariate specialità, ci cimentiamo in ambienti che a volte sono "ostili". Le situazioni cambiano, il freddo, il caldo, l'umidità, il vento sono aspetti del clima che influenzano persino colui il quale fa la corsetina la domenica mattina ed al quale è opportuno dare degli opportuni consigli.

Al Dott. Giardini di Aosta, Presidente dell'Associazione Medici di Montagna, è toccato discutere dell'aspetto medico dell'impresa, ponendo l'accento sulle risposte del nostro organismo quando si trova ad operare in ambiente ostile, segnatamente in ambiente come quello (punte di 36 gradi sottozero) che hanno dovuto affrontare i partecipanti alla famosa Iditarod 2013.

Il convegno è stato anche l'occasione per rispondere alla domanda che più d'uno s'è posto all'indomani della disputa del "TOR DE GEANTS", se cioè valesse o meno la pena di rischiare la vita in quelli che vengono definiti gli "sport estremi".

Si è convenuto che le imprese "impossibili" hanno determinato l'evoluzione della vita umana e dello sport. Il problema piuttosto è quello di porre un limite invalicabile oltre cui non bisogna andare pena la vita, ma questo pone anche un altro grosso problema, quello dell'assistenza durante la disputa di competizioni così affascinanti ma nello stesso tempo così pericolose.

Nel corso della serata assegnato il "Premio Chieppi", borsa di studio per la miglior tesi su tematiche legate allo sport, alla Dott. ssa Elena Ricagno di Scienze Motorie che ha presentato un lavoro dal titolo: "Come variano le risposte affettive e fisiologiche nell'attività di gruppo? Studio su giovani fisicamente attivi" mentre due menzioni d'onore sono andate ai dottori Bernardo Matricardi e Viola Pagliari.



## APPLIED BIOMECHANICS (II)

### SURGERY OR BIOMECHANICS?

di Nathalie Biasolo

Surgery or not surgery? Surgery and then Physiotherapy? Sometimes it is difficult to decide which is the best approach to the patients since some cases are "borderline".

As follows two examples which have been studied at the Sport Clinic (Idraetsmedicinsk Klinik) in Copenhagen.



#### Handball: A different approach to injuries

##### Two case reports

The first patient who came to our observation was a 22 years old female handball player. She suffered under a very hard knee pain at rest and during training. The examination together with mean MNR showed both evidence of lack of movement and serious damage of the joint. It was an extreme case where surgery was the only way to solve the problem. The second patient who came to our observation was a 25 years old male handball player. He suffered under pain during running. The examination showed a lack of stability and the ultrasound test didn't show evidence of damage. The purpose of the suggested therapy was to establish the stability of the knee again.

#### The biomechanical approach

The first case is not a biomechanical case. The joint was serious damaged and surgery was the only solution together with the rehabilitation after the surgical intervention. In the second case **biomechanics can play a role beside the conventional physiotherapy. After establishing the stability of the knee again the body could change the posture: something could change in the back, in the joint of the ileum and in the way of walking for instance. A biomechanical observation to study if the whole body is in balance and if the foot lands properly to the ground might be necessary.**

#### The complete approach to the injured patient

1. Conventional observation according to ortopedics, ultrasound and/or Mnr investigation. As follows the different solutions according to the problem.
2. Surgical intervention and Physiotherapy after.
3. Physiotherapy only together with specific exercises and training.
4. Biomechanical examination in borderline cases and/or to complete the conventional examination according to the following tests:
  - a. Examination of the movement of the foot on the treadmill at different inclination.
  - b. Examination of the walk by mean video-camera. (foot landing, Ganganalyse)
  - c. Examination of the mobility of the joint of the foot at the leg press.
  - d. Examination of the ileum by mean Cybex.
  - e. Examination of the symmetry of the back from C1 to S1
  - f. Examination of the strength (legs and arms)
  - g. Examination of the posture and of the walk related to the mastication

#### References

-Case Reports by Tommy Frisgaard Ohlenschlaeger MD, Reuma, Internal Medicine and Sport Medicine. Sport Clinic Bjsperbjerg Hospitalet Copenhagen. DK

-Archive Nathalie Biasolo MD, Exercise Physiology & Sport Medicine Balance Praxis Haerkingen – So- (CH)

-Lectures by Silvio Lorenzetti dr Biomechanics Institute ETH Zurich (CH)



CLUB VOGATORI PAVESI



PARROCCHIA DI S. MARIA IN BETLEM

IN COLLABORAZIONE  
CON I SERVIZI PROVINCIALE E COMUNALE DI PROTEZIONE CIVILE DI PAVIA  
E CON LA PARTECIPAZIONE DEI SODALIZI REMIERI PAVESI  
E DELLE ORGANIZZAZIONI DI VOLONTARIATO DELLA PROTEZIONE CIVILE  
E DEL SOCCORSO

**DOMENICA 29 SETTEMBRE 2013**

PAVIA - PONTE COPERTO - RIVA BORGO BASSO



**PROGRAMMA**

- Ore 15,30 Concentramento dei mezzi di soccorso e della protezione civile terrestri/fluviali (Ponte Coperto - riva Borgo Basso)
- Ore 16,00 Partenza della "Quatar pont", discesa fluviale riservata alle imbarcazioni a remi (Lido di Pavia - Ritrovo ore 15,30)
- Ore 16,15 Arrivo della "Quatar pont" al Ponte Coperto e omaggio dei vogatori al Cristo del Fiume con il rito dell'alza remi
- Ore 16,30 Concentramento dei sommozzatori al Ponte Coperto nei pressi del primo pilone, lato Borgo Ticino
- Ore 16,45 Immersione dei sommozzatori nelle acque del Ticino e omaggio al Cristo del Fiume
- Ore 17,00 Saluto delle Autorità civili
- Ore 17,15 Onore ai Caduti, lettura della preghiera del volontario di protezione civile, Benedizione, saluto alla città con le sirene di emergenza dei mezzi di soccorso

*La Cittadinanza è invitata*

MANIFESTAZIONE PATROCINATA DA



COMUNE DI PAVIA



**Il punto sulla settimana**

Prossimi appuntamenti per le squadre cussine: oggi 25 Settembre la Serie D sarà in trasferta a Garlasco alle ore 21 contro il Volley 2001 Garlasco, giovedì 26 la Serie C giocherà in quel di Bollate alle 21,30 contro l'Ardor. Sabato 28, invece, doppio appuntamento casalingo: alle 17,30 al PalaCampus la Serie D ospiterà l'Olimpia Buccinasco e alle 21 al PalaCus la Serie D sarà opposta all'Adolescere Voghera.

**Su [WWW.CUSPAVIA.ORG](http://WWW.CUSPAVIA.ORG)**

**sono disponibili i programmi di tutti i corsi 2013/2014**

**CUS Pavia NEWS**

Bollettino settimanale di informazione sportiva a cura del C.U.S. Pavia diffuso via Internet

Direttore responsabile: Fabio Liberali

Vietata la riproduzione anche parziale se non autorizzata.